

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Η Ζωή μας

Σαν ένα άστρο ανατέλλουμε με τη γέννησή μας, διατρέχουμε το γήινο στερέωμα και δύουμε όπως όλα τα άστρα με το θάνατό μας. Δεν γνωρίζουμε ούτε από που ήρθαμε, ούτε που πάμε.

Μια μυστηριώδης περίοδος από την σύλληψή μας, που μοιάζει με έκρηξη ενός σημείου και καταρράκτη αλλαγών, προηγείται της εμφάνισής μας στο κόσμο.

Σύμφωνα με τους φυσικούς, κάπως έτσι γεννήθηκε και το σύμπαν πριν 13.700 τρισεκατομμύρια χρόνια. Μια μεγάλη έκρηξη ενός σημείου, με ραγδαίες εξελίξεις μέσα στα πρώτα δευτερόλεπτα. Έτσι έγιναν και συνεχίζουν να γίνονται όλα αυτά που βλέπουμε και που δε βλέπουμε γύρω μας. Κανένας όμως επιστήμονας δεν ξέρει τι υπήρχε πριν και τι θα υπάρξει μετά τη συρρίκνωση του σύμπαντος.

Κατά τη διάρκεια της ζωής μας, που στην καλύτερη περίπτωση και γενναιοδωρα είναι 100 χρόνια, εξελισσόμαστε με πολύ ταχείς ρυθμούς στην αρχή (όπως και το σύμπαν), οι οποίοι εξασθενούν όσο μεγαλώνουμε...

Μέσα σε αυτό το χρονικό διάστημα έχουμε την ευκαιρία, σαν ανθρώπινα όντα, να χαράζουμε κατά κάποιο βαθμό την πορεία της ζωής μας.

Η εμπειρία των προηγούμενων γενεών μας εξοπλίζει με γνώση και δυνατότητες που μας ωθούν στην περαιτέρω ανάπτυξη και εξέλιξη προς όφελος των επερχόμενων γενεών.

Οι μέρες μας περνούν γρήγορα, αλλά έχουμε την αίσθηση ότι έχουμε πολύ χρόνο (ιδίως όταν είμαστε νέοι) και συχνά τον σπαταλούμε σε μη δημιουργικές δραστηριότητες, αξιοποιώντας πολύ μικρό ποσοστό των δυνατοτήτων μας.

Αν θέλαμε να συγκρίνουμε την διάρκεια της ζωής μας με αυτή του σύμπαντος θα μας έπιανε τρομακτικό δέος. Ας αναλογιστούμε ποια θα ήταν τα μεγέθη αν όλη η εξέλιξη του σύμπαντος γινόταν μέσα σε ένα χρόνο. Ας μη ξεκινήσουμε από το Big Bang, ούτε από την συγκρότηση του ηλιακού μας συστήματος που έγινε πριν τεσσαράμισι δισεκατομμύρια χρόνια (4.568.200.000), αλλά ένα δισεκατομμύριο χρόνια μετά, που έπαψε η Γη να κοχλάζει, σχηματίστηκαν οι ωκεανοί, η στεριά, η ατμόσφαιρα και έκαναν δειλά - δειλά την παρουσία τους οι πρώτοι μικροοργανισμοί. Αν αυτό έγινε την 1η Γενάρη, στις 15 Μαρτίου αρχίζει η φωτοσύνθεση από μικροοργανισμούς της θάλασσας, στις 6 Ιουνίου έχει εμπλουτιστεί η ατμόσφαιρα με οξυγόνο, στις 15 Νοεμβρίου αναπτύσσονται τα φυτά στην Ξηρά, 8 με 25 Δεκεμβρίου υπάρχουν δεινόσαυροι στη Γη και στις 31 Δεκεμβρίου στις 2 το μεσημέρι εμφανίζονται τα πρώτα ανθρωποειδή. Στις 6 το απόγευμα αρχίζει η Παλαιολιθική εποχή. Μισό λεπτό πριν τα μεσάνυχτα εξελίσσεται ο Μικηναϊκός πολιτισμός, πριν 2 δευτερόλεπτα απελευθερωνόμαστε από τους τούρκους... και η ζωή μας ολοκληρώνεται (100 χρόνια) περνά μέσα σε εννέα δέκατα του δευτερολέπτου.

Αυτά για να αναλογιστούμε πώς διαθέτουμε το χρόνο μας και πόσο συμβάλλουμε στην εξέλιξη του κόσμου...

Πέτρος Γαρζώνης
Σχέδιο: Ρένα Καραλέκα

ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ



Αγαπητά Μέλη και φίλοι του Συλλόγου μας, σας προσκαλούμε στην 9η Ετήσια Γενική (Εκλογή - Απολογιστική) Συνέλευση του Συλλόγου μας, που θα γίνει στο Αμφιθέατρο του Νοσοκομείου "Η Σωτηρία" στις **4 Φεβρουαρίου 2014, 12 μ.** λόγω μη απαρτίας κατά την προσκλήση στις 28.1.2014.

Ημερήσια Διάταξη:

- Εκλογή Προέδρου Γενικής Συνελεύσεως
- Διοικητικός και Οικονομικός απολογισμός
- Εκλογή Τριμελούς Εφορευτικής Επιτροπής
- Ψηφοφορία για την ανάδειξη νέου Διοικητικού Συμβουλίου και νέας Ελεγκτικής Επιτροπής. Δικαίωμα ψήφου και υποβολής υποψηφιότητας έχουν μόνο τα Τακτικά Μέλη του Συλλόγου. Υποβολή υποψηφιότητας για τα όργανα του Συλλόγου γίνονται δεκτές μέχρι τις 3.2.2014. Τα Τακτικά Μέλη έχουν την δυνατότητα να ψηφίσουν με εξουσιοδότηση για ένα ακόμα Τακτικό μέλος που απουσιάζει.

Πέρα από την ηθική υποχρέωση προς τους σκοπούς του Συλλόγου μας, είναι μία ευκαιρία να βρεθούμε όλοι μαζί, Τακτικά και Συμπαθούντα μέλη, να γνωριστούμε καλύτερα, να ανταλλάξουμε ιδέες για το μέλλον του Συλλόγου μας και να συμβάλλουμε πιο ενεργά στα δρώμενα.

Με εκτίμηση

Για το Δ.Σ. του Συλλόγου Φίλων
Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"
Η Γενική Γραμματέας Ο Πρόεδρος
Σταματίνα Σπυράτου Πέτρος Γαρζώνης

Κοπή Πρωτοχρονιάτικης Πίτας



ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

Ο Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία" σας προσκαλεί στη κοπή της Πρωτοχρονιάτικης Πίτας που θα πραγματοποιηθεί την Κυριακή στις 1:30 το μεσημέρι 9 Φεβρουαρίου 2014 στην αίθουσα Αχερουσία του Κέντρου Μεντής, Εθνικής Αντιστάσεως 50 Παλλήνη.

Τηλ. 2106032060 -2106667836-210 6667389

Διαθέτει parking

Με καλή μουσική & επιλεγμένο γεύμα συν 1 Φιάλη κρασί και 2 αναμνηστικά ανά 4 άτομα

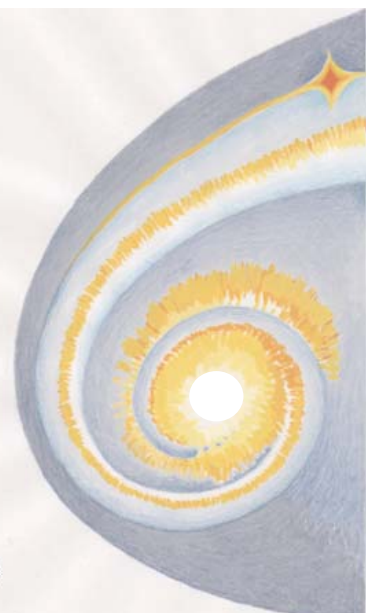
Ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας

Προσκλησεις μπορείτε να προμηθευθείτε από τα Γραφεία του Συλλόγου μας

Με εκτίμηση, το Δ.Σ.

Αν η ζωή εξελισσόταν μέσα σ' ένα χρόνο...

01-Ιαν	00:00:01	Εμφάνιση της ζωής στη Γη
15-Μαρ	00:00:01	Υδρόβια φωτοσύνθεση
06-Ιουν	10:17:00	Εμπλουτισμός με Οξυγόνο
18-Σεπ	17:08:02	Πρωτόζωα
25-Οκτ	05:17:24	Υδρόβια φυτά και ζώα
15-Νοε	01:17:10	Εγκατάσταση των φυτών στη Ξηρά
08-Δεκ	00:20:12	Εμφάνιση Δεινοσαύρων
25-Δεκ	05:18:36	Εξαφάνιση Δεινοσαύρων
31-Δεκ	13:59:24	Εμφάνιση πρώτων ανθρωποειδών
31-Δεκ	17:44:34	Έναρξη Παλαιολιθικής περιόδου
31-Δεκ	23:58:30	Έναρξη Μεσολιθικής περιόδου
31-Δεκ	23:59:01	Έναρξη Νεολιθικής περιόδου
31-Δεκ	23:59:14	Έναρξη Μινωικού πολιτισμού
31-Δεκ	23:59:27	Έναρξη Αιγαιακού πολιτισμού
31-Δεκ	23:59:28	Έναρξη Μικηναϊκού πολιτισμού
31-Δεκ	23:59:32	Σκοτεινή ή Γεωμετρική Εποχή
31-Δεκ	23:59:34	Έναρξη Αρχαϊκής εποχής
31-Δεκ	23:59:37	Έναρξη Κλασικής εποχής
31-Δεκ	23:59:39	Έναρξη Ελληνιστική περίοδος
31-Δεκ	23:59:40	Έναρξη Ρωμαϊκής Περιόδου
31-Δεκ	23:59:44	Έναρξη Βυζαντινής Περιόδου
31-Δεκ	23:59:55	Έναρξη Οθωμανικής Περιόδου
31-Δεκ	23:59:58	Έναρξη Νεότερης ή σύγχρονης Ελλάδας



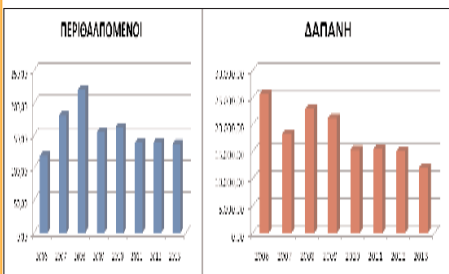
Διοικητικός και Οικονομικός Απολογισμός 2013

9η Γενική Συνέλευση του Συλλόγου Φίλων Περιβαλλόμενου Νοσοκομείου "Η Σωτηρία" Τρίτη 4 Φεβρουαρίου 2014

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΣ ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΣ 2013

Ο Σύλλογός μας αριθμεί 481 Μέλη (110 Τακτικά, 371 Συμπαθούντα και 2 Επίτιμα). Κατά το έτος 2013 αυξήθηκαν τα μέλη μας κατά 19 άτομα. Ο Σύλλογός μας είναι ειδικά πιστοποιημένος από το Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης από το 2010.

Κατά το έτος 2013 έχουν υποστηριχθεί περισσότεροι από 137 περιβαλλόμενοι και διατέθηκαν για τον σκοπό αυτό 12.000 ευρώ συνολικά. Συγκεκριμένα διετεθήσαν σε 67 περιβαλλόμενους κατόπιν αίτησης τους και διερεύνησης του αιτήματός τους και 70 μέσω Κοινωνικής Υπηρεσίας και Εξωτερικών Ιατρείων για κάλυψη διάφορων αναγκών που δεν καλύπτονται από Ασφαλιστικά Ταμεία και Υπηρεσίες, όπως μέχρι σήμερα έχουν καλυφθεί: coustier για μεταφορικά εγγράφων, αγορά αναπνευστικής συσκευής, αγορά γεννήτριας, αγορά εσωρούχων, αγορά θωρακοσφυϊκού κηδεμόνα, αγορά κάρτας απεριορίστων διαδρομών, αγορά κάρτας τηλεπικοινωνιών, αγορά τροφίμων, έξοδα διακομιδής με ταξί ή ιδιωτικό ασθενοφόρο, έξοδα δικαστικής συμπαράστασης, έξοδα ενοικίασης συμπακτωτή οξυγόνου ή νεφρολοπιητή, έξοδα μετακίνησης στο τόπο διαμονής (ταξί, τραίνο, πλοίο, αεροπλάνο), εξόφληση λογαριασμών ΔΕΗ, ΟΤΕ, εξόφληση νοσηλίων, κάλυψη εξόδων αποκλειστικής νοσοκόμας, κάλυψη φόρων σε Δ.Ο.Υ, κάρτες απεριορίστων διαδρομών, οικονομική ενίσχυση, παρόμοια έκδοσης Α.Δ.Τ., πληρωμή ενοικίων, πληρωμή σκιαγραφικού αξονικής τομογραφίας, συμμετοχή σε έξοδα φαρμακευτικής αγωγής, τροφεία ιδιωτικού θεραπευτηρίου, φωτογραφίες, φωτογραφίες εγγράφων και άλλα.



Κατά το 2013 έγιναν εννέα τακτικές συνεδριάσεις του Δ.Σ.

Η προηγούμενη Γενική Συνέλευση (8η) του Συλλόγου πραγματοποιήθηκε στις 28/2/2013, όπου εγκρίθηκε ο Διοικητικός και Οικονομικός Απολογισμός.

Για την αποτελεσματικότερη απόδοση του έργου του Συλλόγου στους ποικίλους τομείς δραστηριοτήτων του, λειτουργούν οι εξής ομάδες εργασίας (επιτροπές):

- ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΙΜΟΔΟΣΙΑΣ
- ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΙΜΑΤΙΟΘΗΚΗΣ
- ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ
- ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΘΕΛΟΝΤΩΝ
- ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΑΝΕΥΡΕΣΗΣ ΠΟΡΩΝ - ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ
- ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΦΗΜΕΡΙΔΑΣ
- ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΒΑΖΑΑΡ
- ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΞΕΝΩΝΑ
- ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΕΙΚΑΣΤΙΚΟΥ "ΣΧΕΔΙΟ ΣΩΤΗΡΙΑ"
- ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΣΥΝΤΑΞΙΟΥΧΩΝ

Οι επιτροπές και τα μέλη των επιτροπών ανανεώνονται κάθε χρόνο, αλλά και ενδιάμεσα μετά από αίτηση των ενδιαφερομένων ή αν παρσται ανάγκη.

ΚΥΡΙΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

● **Ξενώνας συγγενών νοσηλευομένων:** Έχει παραχωρηθεί από το Νοσοκομείο (2006) ένα ερειπωμένο κτήριο, το Κυριαζίδειο, με σκοπό (μετά την αποκατάστασή του) να στεγάζει συγγενείς νοσηλευομένων που έρχονται από την επαρχία και δεν έχουν χώρο να ξεποστάσουν κατά τη διάρκεια νοσηλείας των συγγενών τους. Έχει εκδοθεί οικοδομική άδεια με πρωτοβουλία του Συλλόγου κατόπιν μελέτης του Αρχιτεκτονικού Γραφείου Βασιλικής Εμμανουηλίδου και επιχορήγησης του Αρχιτεκτονικού Γραφείου Αλέξανδρου Τομπάζη. Έχει ενταχθεί στα έργα της Περιφέρειας Αθηνών, έγινε προκήρυξη του έργου (22.2.2011) και μειοδοτικός διαγωνισμός, έγινε ανάθεση σε Κατασκευαστικό Γραφείο, αλλά υπήρξε ένσταση από άλλο Κατασκευαστικό Γραφείο και την επίλυση του θέματος ανέλαβε η Δικαιοσύνη. Η υπόθεση μετά από πολλές αναβολές εκδικάστηκε στις 18/01/2013 από το Διοικητικό Εφετείο υπέρ της εταιρείας ΤΕΜΑΚΟ. Έγινε ανανέωση του κονδυλίου ΕΣΠΑ το οποίο κόντευε να λήξει, υπογράφηκε νέα σύμβαση μεταξύ Περιφέρειας και Νοσοκομείου και αναμένεται η εκ νέου απόφαση του Ελεγκτικού Συνεδρίου.

● **Κοινωνικό Ιατρείο - Φαρμακείο** είναι το νέο όραμα του Συλλόγου μας. Ο κ. Φώντας Θειακός, Αντιπρόεδρος του Συλλόγου μας ανέλαβε την επικοινωνία με φαρμακευτικές εταιρείες και ιατρούς αναζητώντας συνεργασία. Εντοπίστηκε κατάλληλος χώρος και μετά από επικοινωνία του κ. Θειακού με τη Διοίκηση έφτασε το θέμα στο ΔΣ του Νοσοκομείου μας. Ενώ υπήρχε θετικό κλίμα τόσο από το Σωματείο εργαζομένων όσο και από τα λοιπά μέλη του ΔΣ, ο Νομικός Σύμβουλος έθεσε θέμα ασφάλειας και ευθύνης του Νοσοκομείου σε περίπτωση λάθους διάγνωσης. Ως εκ τούτου έχουν ανασταλεί οι προσπάθειες, παρόλο που αρκετές εταιρείες ανταποκρίθηκαν στην προμήθεια φαρμακευτικού υλικού.

● **Bazaar:** Με μεγάλη επιτυχία έγινε το καλοκαιρινό Bazaar στις 13/6/2013 και το Χριστουγεννιάτικο Bazaar στις 17/12/13 (καθιερωμένα δύο bazaar ετησίως). Καθάρα συνολικά έσοδα από τα δύο Bazaar: 12.000 ευρώ.

● **Μηνιαία Εφημερίδα "Επι κοινωνία εν τύπω":** Συνεχίζει να εκδίδεται κάθε μήνα (93 τεύχη μέχρι το τέλος του 2013), διανέμεται στο Νοσοκομείο και ταχυδρομείται στα Μέλη και φίλους του Συλλόγου.

● **Τράπεζα ρουχισμού:** Λειτουργεί άψογα με την ευθύνη του ζεύγους Βιτολάκη. Το γνωστό πρόβλημα στεγανότητας του κτιρίου δεν έχει λυθεί αποτελεσματικά. Αναζητήθηκαν άλλοι χώροι για την μεταφορά του ρουχισμού, αλλά δεν βρέθηκε ελεύθερος κατάλληλος χώρος. Αναζητώντας προσφορές για οικονομική και οριστική επίλυση του θέματος προσφέρθηκε η εταιρεία "Sika Hellas" να καλύψει με υλικά και εργατικά για την μόνωση 500 τ.μ. της ταράτσας του κτιρίου. Με έξοδα του Συλλόγου και ευθύνη του κ. Βιτολάκη έγινε προετοιμασία του χώρου (απομάκρυνση υλικών και κάλυψη με μπετόν περιοχών που είχαν αποκολληθεί οι πλάκες της ταράτσας). Αναμένεται η πραγματοποίηση του έργου.

● **Ανακύκλωση:** Η λειτουργία της ανακύκλωσης συνεχίζεται με την φροντίδα της Επιτροπής Ανακύκλωσης. Έγινε ετήσια ανανέωση σύμβασης ανακύκλωσης στερεών αποβλήτων.

● **Ημερίδα "Εναλλακτικοί Τρόποι Διαχείρισης της Κρίσης":** Την Πέμπτη 28 Φεβρουαρίου 2013, 10:00 - 14:00 έγινε Επιστημονική Ημερίδα με θέμα: Εναλλακτικοί Τρόποι Διαχείρισης της Κρίσης. Μίλησαν Καθηγητής Ιατρικής Σχολής, Διευθυντές

Ερευνών από το Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών και Εκπρόσωπος Υπουργείου Εργασίας Κοινωνικής Ασφάλισης και Πρόνοιας. Ακλούθησε συζήτηση και προβολή ντοκιμαντέρ της Λουκίας Ρικάκη με θέμα: "Σχέδιο Σωτηρία". Την ημερίδα παρακολούθησαν περίπου 110 άτομα και χορηγήθηκαν βεβαιώσεις παρακολούθησης.

● **2η Αγγειολογική Εκπαιδευτική Ημερίδα:** Ο Σύλλογός μας συμμετείχε ως συνδιοργανωτής στη 2η Αγγειολογική Εκπαιδευτική Ημερίδα με τίτλο: Κατευθυντήριες Οδηγίες στην Διάγνωση και Θεραπεία της Χρόνιας Φλεβικής Θρόμβωσης, της Φλεβικής Θρόμβωσης και της Πνευμονικής Εμβολής που έγινε στις 16 Νοεμβρίου 2013 ημέρα Σάββατο και από τις 08:30 μέχρι τις 15:30 στο μεγάλο Αμφιθέατρο του Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ". Ευχαριστούμε το Αγγειολογικό Ιατρείο της Ογκολογικής Μονάδας της Γ' Παθολογικής Κλινικής και ιδιαίτερα τον Υπεύθυνο του Ιατρείου κ. Ευάγγελο Π. Δημακάκο.

● Αναβαθμίστηκε το **Site Συλλόγου** μας. Σας προτείνουμε να το επισκεφτείτε και να το γνωστοποιήσετε σε φίλους.

● Προβήκαμε στην ηλεκτρονική παρακολούθηση του τραπεζικού λογαριασμού του Συλλόγου.

● Εγκρίθηκε η ανανέωση ετήσιας σύμβασης ανακύκλωσης στερεών αποβλήτων

● Μας έγινε χορηγία φαρμακευτικών σκευασμάτων από τα νομικά πρόσωπα: Κλέος, Κοιν.Σ.Επ. ΕΚΑΤΗ, Pharmathen, προς εξυπηρέτηση ασθενών.

● Έγινε πρόσληψη της κ. Δημητρουλάκη Κυριακής ως υπαλλήλου γραφείου για την κάλυψη της γραμματειακής υποστήριξης του Συλλόγου.

● **Παρουσίαση βιβλίων:** Στις 19 Δεκεμβρίου 2013 έγινε παρουσίαση δύο νέων βιβλίων του μέλους μας Κυτίνου Ευάγγελου στο Αμφιθέατρο του Νοσοκομείου μας.

● **Μαθήματα ζωγραφικής:** Έχουν ξεκινήσει μαθήματα ζωγραφικής, μετά από δημοσίευση σχετικού άρθρου στην μηνιαία εφημερίδα του Συλλόγου μας.

● **Αξιοποίηση του ελαιώνα του Νοσοκομείου.** Με πρωτοβουλία του Συλλόγου μας και τη συνδρομή του Γεωπόνου Άρη Στρατάκου, έγινε "μάζεμα" ελαιοκάρπου από τα δέντρα του Νοσοκομείου μας το Σάββατο 30 Νοέμβρη. Ευχαριστούμε θερμά όλους τους εθελοντές. Μαζεύτηκαν 8 τσουβάλια από τα οποία προέκυψαν 10 πεντόκιλα λάδι, το οποίο έγινε ανάρπαστο στο Bazaar.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ

● **Κοπή της πρωτοχρονιάτικης πίτας:** Έγινε στην ταβέρνα "χωριό", στις 27η Ιανουαρίου 2013

● **Εκδρομής στην Περσία:** Πραγματοποιήθηκε εκδρομή στην Περσία μελών και φίλων του Συλλόγου στις 2/10 με 2/11 με πολύ μεγάλη επιτυχία.

● **Συνεστίαση:** Την 1 Δεκεμβρίου έγινε συνάντηση των ταξιδιωτών της εκδρομής στην Περσία στο περσικό εστιατόριο Αναχίτα. Φρεσκάραμε τις αναμνήσεις μας παρακολουθώντας τις φωτογραφίες από το αναμνηστικό DVD, ανταλλάξαμε τις εμπειρίες μας, και απολαύσαμε τα φαγητά της Περσικής κουζίνας που ομολογουμένως μας είχαν λείψει.

● **Δωρεές σε χρήμα:** Πολλοί συνάνθρωποι μας εντός και εκτός Νοσοκομείου έχουν καθιερώσει αντί στεφάνου να δίνουν δωρεές σε χρήμα στη μνήμη οικείων και συναδέλφων τους.

● **Δωρεές σε είδη:** Πολλοί συνάνθρωποι μας φέρνουν κατ' εξακολούθηση ρουχισμό και αντικείμενα που τα διαθέτουμε σε ασθενείς μας, όπως νεφρολοπιητές, φιάλες οξυγόνου, πιεσόμετρα, βοηθητικά Πι, αλλά και αντικείμενα προς πώληση μέσω του Bazaar.

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ 2014

- Ξενώνας Φιλοξενίας Συγγενών Νοσηλευόμενων
- Κοινωνικό Ιατρείο, Χειρουργείο, Φαρμακείο
- Υπαιθρια Γλυπτοθήκη
- Δημιουργία Δανειστικής Βιβλιοθήκης για Εργαζομένους και ασθενείς.

ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΑΛΛΟΥΣ ΦΟΡΕΙΣ

- Διοίκηση Νοσοκομείου, 1η ΥΠΕ, Υπουργείο Υγείας, Περιφέρεια Αθηνών.
- e-Inclusion: Όργανο της Ευρωπαϊκής Ένωσης, που έχει στόχο το σχεδιασμό και τη χάραξη πολιτικής εντός της Κοινότητας για την ανάπτυξη της Προσβασιμότητας και Ένταξης όλων των ευαίσθητων ομάδων του πληθυσμού στην Κοινωνία της Πληροφορίας.
- Αγγειολογικό Ιατρείο της Ογκολογικής Μονάδας της Γ' Παθολογικής Κλινικής
- Ελληνική Λέσχη του Βιβλίου
- Ίδρυμα κοινωνικής Μέριμνας του Δήμου Ζωγράφου "Το σπίτι της αλληλεγγύης"
- Κέντρο Αποκατάστασης Αναπήρων παιδων Βούλας.
- Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας και Προσαρμογής ΑΜΕΑ "Ο Καλός Σαμαρείτης"
- Κιβωτός του Κόσμου π. Αντωνίου
- Κοινωνική Συνεταιριστική Επιχείρηση Εκάτη
- Κοινωνικό Φαρμακείο Δήμου Αθηναίων
- Μερόπειο Γηροκομείο
- Νοσοκομείο Παιδων Πεντέλης
- Ξενώνας Κακοποιημένων Γυναικων
- Ξενώνας Μητέρας Τερέζας
- Σύλλογος Άρτος Δράση
- Σύλλογος Βοηθείας Παιδιών Αιθιοπίας.
- Συνεταιρισμός Αποκατάστασης Νέων με Ψυχοκοινωνικά Προβλήματα "e-ίκονα"
- Σωματείο "Κλίμακα"
- Σωματείο "Το Καταφύγιο της Αγάπης"
- Φυλακές Λάρισας
- Φυλακές Ξάνθης

Για το Δ.Σ. του Συλλόγου Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"

Η Γενική Γραμματέας Ο Πρόεδρος
Σταματίνα Σπυράτου Πέτρος Γαρζώνης

Οικονομικός Απολογισμός Έτους 2013

ΕΣΟΔΑ	ΕΞΟΔΑ
Εγγραφές: 132,00	Περιθαλπόμενοι: 11.913,70
Συνδρομές: 1.774,00	Εφημερίδα: 8.341,37
Δωρεές: 10.390,00	Εκδηλώσεις: 3.356,83
Εκδηλώσεις: 15.460,30	Ιματιοθήκη: 123,00
Ανακύκλωση: 609,40	Ανακύκλωση: 0,00
Τόκοι: 30,41	Έξοδα υπ/ξης: 4.311,59
ΜΕΡΙΚΟ ΣΥΝ: 28.396,11	Διάφορα έξοδα: 2.083,43
Υπόλοιπο 2012: 32.452,63	
ΣΥΝΟΛΟ: 60.848,74	ΣΥΝΟΛΟ: 30.129,92

ΤΑΜΕΙΑΚΟ ΥΠΟΛΟΙΠΟ (31/12/2013): 30.718,82

Οικονομικός Προϋπολογισμός 2014

ΕΣΟΔΑ	ΕΞΟΔΑ
Συνδρομές: 6.300,00	Περιθαλπόμενοι: 16.000,00
Δωρεές: 14.000,00	Εφημερίδα: 8.800,00
Εκδηλώσεις: 17.000,00	Διάφορα έξοδα: 12.000,00
Ανακύκλωση: 700,00	Παιδί Αιθιοπίας: 365,00
ΣΥΝΟΛΟ: 38.000,00	ΣΥΝΟΛΟ: 37.165,00

Ο Ταμίας

Γεώργιος Δεδουσής

Η Εξελεγκτική Επιτροπή

Πρόεδρος: Μπουγιούρη Ελεάννα

Μέλος: Βιταλάκη Σοφία

Μέλος: Μαυρογένη Ελένη

Ένα Φιλόξενο Σπίτι μέσα στην Αγωνία

Ξενώνας στην Αθήνα για καρκινοπαθείς που έρχονται από την επαρχία για θεραπεία

Της Πέννυς Μπουλουτζά

Η ασθενής χτυπάει την πόρτα του γραφείου της Κοινωνικής Υπηρεσίας του Νοσοκομείου. Έχει μόλις μιλήσει με τον γιατρό, ο οποίος της εξήγησε τη διαδικασία που θα ακολουθήσει για τη χημειοθεραπεία της. Σε δύο ημέρες θα γίνει η θεραπεία, η οποία δεν θα διαρκέσει πολύ. Η ασθενής κρατάει βαλίτσα. Έχει ταξιδέψει από νησί των Δωδεκανήσων. Νόμιζε ότι θα έκανε εισαγωγή στο νοσοκομείο, όμως αυτό δεν προβλέπεται. "Και τώρα που θα μείνω;" ρωτάει.



Βρίσκεται σε δύο ορόφους νεόδμητης πολυκατοικίας, οι οποίοι αγοράστηκαν με δωρεά της κ. Ελισάβετ Φωτεινέλη-Κριτικού.

Το περιστατικό αυτό, που περιγράφει στην "Καθημερινή" η πρόεδρος της "Πνοής Αγάπης" - Σύλλογος Εθελοντών Κοινωνικής και Συναίσθηματικής Στήριξης Ανθρώπων με Καρκίνο και των Οικογενειών τους και διευθύντρια της Κοινωνικής Υπηρεσίας του Γενικού Αντικαρκινικού Νοσοκομείου "Άγιος Σάββας", κ. Μαρία Παπακωνσταντίνου, είναι ενδεικτικό της ταλαιπωρίας που υφίστανται χιλιάδες ασθενείς με καρκίνο από την επαρχία, οι οποίοι αναγκάζονται να έρθουν στην Αθήνα για τη θεραπεία τους.

"Το 80% των εξωτερικών ασθενών του "Αγίου Σάββα" που έρχονται από την επαρχία δεν έχουν που να μείνουν. Εάν έρθουν για ακτινοθεραπεία ενδέχεται να παραμείνουν στην Αθήνα για 50-55 ημέρες αφού ο μέσος όρος της θεραπείας είναι οι 45 συνεδρίες. Εάν πρέπει να υποβληθούν σε χημειοθεραπεία τότε η διαμο-

νή τους στην Αθήνα θα είναι 1-2 ημέρες αν και υπάρχει το ενδεχόμενο να χρειαστεί να μείνουν και εβδομάδα", σημειώνει η κ. Παπακωνσταντίνου και συνεχίζει. "Σε πολλές περιπτώσεις αναγκαστικά θα ανατρεθούν σε φίλους ή συγγενείς που μένουν στην Αθήνα για φιλοξενία. Όμως κάποιος θα αναγκαστούν να μείνουν σε ξενοδοχείο, γεγονός που σημαίνει οικονομική αιμορραγία. Και έχουμε υπολογίσει ότι ένα μέσο κόστος για ξενοδοχείο και διατροφή για έναν ασθενή που θα υποβληθεί σε ακτινοθεραπεία και τον συνοδό του φτάνει τα 6.000 ευρώ".

Μία απάντηση είναι να απευθυνθούν στον Ξενώνα "Πνοή Αγάπης" - Ιωάννης Δ. Κριτικός, που λειτουργεί εδώ και τρειςμισή μήνες στην οδό Μεγάλου Σπηλαίου, δίπλα στο νοσοκομείο Άγιος Σάββας -αν και δεν απευθύνεται αποκλειστικά σε ασθενείς του συγκεκριμένου νοσοκομείου, και στον οποίο έχουν μείνει ήδη 35 ασθενείς με τους συνοδούς τους. Ο Ξενώνας καταλαμβάνει τους δύο ορόφους νεόδμητης πολυκατοικίας, οι οποίοι αγοράστηκαν με δωρεά της κ. Ελισάβετ Φωτεινέλη-Κριτικού και διαθέτει 9 δίκλινα δωμάτια με αντίστοιχα μπάνια, δύο κοινόχρηστες κουζίνες και καθιστικό. Η διαμονή στον Ξενώνα δεν είναι εντελώς δωρεάν, αφού σύμφωνα με τον κανονισμό λειτουργίας του Ξενώνα, οι ασθενείς και οι συνοδοί τους καταβάλλουν 10 ευρώ ημερησίως.

Αρχικά η ιδέα ήταν να αξιοποιηθούν για τη δημιουργία Ξενώνα κτίρια από τα "προσφυγικά" που είναι δημόσια περιουσία χαρακτηρισμένη μάλιστα για να διατίθεται σε ευπαθείς κοινωνικές ομάδες. Η έλλειψη συνεργασίας των πολλών φορέων που εμπλέκονται στην αξιοποίηση των προσφυγικών, είχαν ως αποτέλεσμα να μην ευδοθεί αυτή η προσπάθεια. Ωστόσο, η ιδέα για τη δημιουργία Ξενώνα παρέμεινε ζωντανή και βρήκε ανταπόκριση στη δωρήτρια.

Σύμφωνα με την κ. Παπακωνσταντίνου, ο Ξενώνας δεν προσφέρει μόνο διαμονή, αλλά επιδιώκεται και η υποστήριξη των ενοίκων. Επιπλέον, οι ένοικοι εφόσον το επιθυμούν συμμετέχουν σε ατομικές και ομαδικές συναντήσεις ψυχοκοινωνικής υποστήριξης στα γραφεία του Συλλόγου που είναι πλησίον του Ξενώνα. "Στόχος μας είναι ο κάθε ένοικος να βρει ένα χαρούμενο σπίτι μέσα σε αυτήν την αγωνία του", σημειώνει.

Σχέσεις ζωής

"Είναι ψυχοθεραπευτικό. Οι ασθενείς μέσα στον Ξενώνα κάνουν σχέσεις ζωής. Γνωρίζονται μεταξύ τους, συνομιλούν με ανθρώπους που έχουν το ίδιο πρόβλημα και όταν φεύγουν για τον τόπο κατοικίας τους διατηρούν επαφές με τους πρώην συγκατοίκους τους", προσθέτει η κοινωνική λειτουργός υπεύθυνη του Ξενώνα, κ. Πέννυ Λιακοπούλου. Όπως, άλλωστε, επιση-



Η διαμονή δεν είναι εντελώς δωρεάν, αφού ασθενείς και συνοδοί καταβάλλουν 10 ευρώ ημερησίως.

μαίνει η κ. Παπακωνσταντίνου, "γνωρίζονται, και γι' αυτό έχουν άλλον αέρα προσέγγισης της κατάστασης την οποία βιώνουν".

Για τη λειτουργία του Ξενώνα ιδιαίτερα σημαντική είναι η προσφορά των εθελοντών, καθώς εκπαιδευμένα άτομα προσφέρουν δωρεάν τον ελεύθερο χρόνο τους για την εύρυθμη λειτουργία του Ξενώνα, προς το παρόν, οι ασθενείς ενημερώνονται για τη λειτουργία του Ξενώνα από γιατρούς ή από άλλους ασθενείς - πρώην ενοίκους.

ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΝΤΟΚΟΥΜΕΝΤΑ

ΤΡΟΦΙΜΑ "ΣΩΤΗΡΙΑΣ"

Τα όργανα της γενικής ασφάλειας κατέσχον εντός του αυτοκινήτου του θεραπευτηρίου "Σωτηρία" τρόφιμα τα οποία μετεφέροντο εις την οικίαν του διευθυντού αυτού ενώ είχαν αγορασθή δια τους αρρώστους και φυσικά με χρήματα του ταμείου του ιδρύματος. Η ανάκρισις επελήφθη του έργου της δια να εξακριβώση γενικώτερον την κατάστασιν και την διαχείρισιν του φθισιατρείου. Ημείς δεν θελωμεν να προκαταλάβωμε κανένα και ούτε, φυσικά δικαιούμεθα να επέμβωμε εις το έργον του ελέγχου και της ανακρίσεως. Εκείνο όμως το οποίον έχομεν να συστήσωμεν είνε η ταχεία ενέργεια της ανακρίσεως δια να ξεκαθαρίση αυτή η υπόθεσις ενώπιον του δικαστηρίου. Διότι εάν πιστοποιηθούν οι καταχρήσεις τότε το έγκλημα των υπευθύνων είνε τερατώδες εφ' όσον εγένετο εις βάρος των αρρώστων οι οποίοι αγωνίζονται με κάθε θυσίαν δια να βελτιώσουν οπώσδηποτε την υγείαν των. Η κοινή γνώμη αναμένει το ταχύτερον διαφωτισμόν επί του ζητήματος αυτού προκειμένου μάλιστα περί Ιδρύματος από το οποίον εξαρτάται η υγεία εκατοντάδων ανθρώπων.

Εφημερίδα Φωνή του Λαού
10 Ιουλίου 1932

Καλό ταξίδι... Δημήτρη

Κάθε πρωί η ίδια διαδρομή... προς το νοσοκομείο "Η Σωτηρία", ακούγοντας συχνά τη φράση "Πάω στα κορίτσια μου". Το Τμήμα Πυρηνικής Ιατρικής ήταν πραγματικά ο χώρος που βίωσε όμορφες, αληθινές, συγκινητικές, αλλά και δύσκολες στιγμές. Ήταν ένα σημαντικό κομμάτι της ζωής σου!

Το δειχνε άλλωστε με το πληθωρικό του γέλιο και την ανιδιοτελή του αγάπη σε κάθε συνάδελφο, ασθενή, φίλο και ξένο. Η ζωή του μια ατελείωτη προσφορά αγάπης... στην οικογένεια του, στον εργασιακό του χώρο, σε κάθε κοινωνική στιγμή. Πλούσια συναισθήματα ανάβλυζαν μέσα από την παιδική ψυχή. Έντονη προσωπικότητα με εντάσεις και συγκρούσεις εκεί που ένιωθε το ΑΔΙΚΟ να υψώνεται γύρω του. Δίπλα και μπροστά στον συνάδελφο για κοινωνικούς αγώνες, για ένα καλύτερο μέλλον! Άλλωστε οι πολλές του ιστορικές του γνώσεις από τη μια και η σπουδαία εκκλησιαστική κληρονομιά της οικογένειας του από την άλλη, δεν του επέτρεπαν να μείνει απαθής.

Η οικογένεια του αισθάνεται τη βαθιά ανάγκη να ευχαριστήσει ολόψυχα για τη στήριξη και τη συμπαράσταση στο βαρύ πένθος της, τη Διοίκηση του Γ.Ν.Ν.Θ.Α. "Σωτηρία", τα "κορίτσια του" στο Τμήμα Πυρηνικής Ιατρικής, όλους τους συναδέλφους του Τμήματος Πυρηνικής Ιατρικής, το Σύλλογο Φίλων Περιθαλπομένων Νοσοκομείου "Η Σωτηρία", το Σύλλογο Εργαζομένων του νοσοκομείου, το Μικροβιολογικό Εργαστήριο, το Κυτταρολογικό, το Παθολογοανατομικό, το Βιοχημικό, το Αιματολογικό, το Σπυρομετρικό ΚΑΑ, τους Φυσιοθεραπευτές κι όλα τα υπόλοιπα Εργαστήρια κι όλους τους συναδέλφους του νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ" και το κυλικείο του Ν. Βάβουρα.

Ο Δημήτρης "έφυγε"... παίρνοντας τη δική σας αγάπη!

Σας ευχαριστούμε

Η σύζυγος Ερμιόνη Καχριμάνη
τα παιδιά: Κυπριανός Κων/νος Στραβόλαιμος
και Θεανώ Στραβόλαιμου.

Παιδικός Σταθμός



Και φέτος τα παιδιά μας έπαιξαν την πιο όμορφη Χριστουγεννιάτικη ιστορία, και μ' αυτή την ευκαιρία μαζέψαμε 235 ευρώ για να βοηθήσουμε κάποιους συνανθρώπους μας. Οφείλουμε να ευχαριστήσουμε όσους αγκάλιασαν αυτή την προσπάθεια. Εύχομαι να μη χάσουμε το μέτρο και να προσπαθούμε να γινόμαστε καλύτεροι άνθρωποι. Για να αλλάξουμε τον κόσμο πρέπει πρώτα από όλα να αλλάξουμε εμείς οι ίδιοι. Το μήνυμα αυτό πρέπει να το δώσουμε και στα παιδιά μας. 235 ευρώ για τα "Παιδικά Χωριά SOS". Και του χρόνου, λοιπόν. Καλή δύναμη σε όλους.

M.A.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ



Συνεχίζονται τα Μαθήματα Ζωγραφικής με τον Καθηγητή Καλλιτεχνικών Alessandro De Martino, πτυχιούχο Καλών Τεχνών Φλωρεντίας Ιταλίας, τα μαθήματα, για διευκόλυνση των ενδιαφερομένων, γίνονται κάθε Τετάρτη και Πέμπτη 3 - 4 μ.μ. Για κάθε επιπλέον πληροφορία επικοινωνήστε με τον κ. Alessandro De Martino, Τηλ. 6946796750 www.alessandrodemartino.blogspot.gr e-mail: demsandro28@gmail.com

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Συνταξιούχος φιλόλογος, φίλη της "ΣΩΤΗΡΙΑΣ", προσφέρει δωρεάν ιδιαίτερα μαθήματα σε αδύνατους μαθητές δημοτικού-γυμνασίου, όπως και σε ενηλίκους που θέλουν να βελτιωθούν στην γραφή και ανάγνωση.

Χρυσάνθη

Εκδήλωση ενδιαφέροντος στα τηλέφωνα και το e-mail του Συλλόγου μας.

Τηλ. 2107763638 - E-mail: info@sylfilon.gr

Όταν, με το καλό, πεθάνω

Θελω όταν, με το καλό, πεθάνω να ναι μέρα Όχι... όχι... Σούρουπο να είναι. Να μην έχει νυχτώσει ακόμα για τα καλά. Να είμαι αναπαυμένος από το φως. Στο κορμό ενός δέντρου. Να είμαι μ' ένα τσιγάρο στο στόμα. Για να χω το δικαίωμα να Τον παρακαλέσω. Για μια δυο τζούρες ακόμα. Και να είμαι, λέει, μόνος. Άδειος. Να κοιτώ μόνο ότι ξέχασα να κοιτάξω. Δίχως κανένα συναίσθημα. Έτσι... μόνο να τα κοιτάω... Κι έπειτα να πάσω μια χούφτα χώμα. Και να τη βάλω στα γόνατά μου πάνω. Όπως έκανα μικρός. Για να κρύψω τις πληγές τους από τη κυρά Σοφία. Και να γλυτώσω το ξύλο. Μα ξέρω. Δεν του αρέσουν τα ψέματα. Και θα φουξήσει απαλά. Και το χώμα θα σκορπιστεί. Και θα πάει να ακουμπήσει πάνω σ' ένα μικρό. Τοσοδούλικο χορταράκι. Που θα μου κλείσει το μάτι χαμογελώντας. Για αποχαιρετισμό.

γ.β.

ΓΙΝΕ ΜΕΛΟΣ

Σύλλογος Φίλων
Περιθαλπομένων
Νοσοκομείου "Η Σωτηρία"

Νοσοκομείο Νοσημάτων

Θώρακος Αθηνών

"Η ΣΩΤΗΡΙΑ"

Λεωφ. Μεσογείων 152 - Αθήνα 11527

Τηλ. 2107763638

FAX 2107707211

E-mail: info@sylfilon.gr

site: www.sylfilon.gr

ΔΩΡΕΕΣ

Για την οικονομική ενίσχυση του Συλλόγου μας

Ευχαριστούμε θερμά τους:

κυρίου Αλέξιο Βλάχη και Ιωάννη Δώδο και την κυρία Τίνα Κομπαϊτζέ.

**Ευχαριστούμε θερμά για δωρεά
αντί στεφάνου τους:**

Πέτρο Γαρζώνη, Γιώργο Δεδούση και Ματίνα Σπυράτου στη μνήμη του **Δημήτρη Στραβόλαιμου.**

Λογαριασμός τραπέζης για κατάθεση δωρεών:

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ: 6274-040035-006

IBAN: GR7101712740006274040035006

Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων

"Σοφία Σλήμαν"

Παρακαλούμε ενημερώστε μας και τηλεφωνικά για την κατάθεσή σας, ώστε να εκδίδουμε με λεπτομέρειες το παραστατικό είσπραξης.

Οικονομικά

Ιανουαρίου 2014

ΕΣΟΔΑ	ΕΞΟΔΑ
1.036,64 ευρώ	2.366,93 ευρώ
ΑΝΑΛΥΣΗ ΕΞΟΔΩΝ	
Περιθαλπόμενοι:	1.215,00 ευρώ
ΕΛΤΑ, εφημερίδα, Διανομή:	696,04 ευρώ
Διάφορα έξοδα:	455,89 ευρώ

Επι κοινωνία εν τύπω

Μηνιαία εφημερίδα. Εκδίδεται σε 2.500 φύλλα

Ιδιοκτησία:

«Σύλλογος Φίλων Περιθαλπομένων
Νοσοκομείου "Η ΣΩΤΗΡΙΑ"»

Έδρα: Γ.Ν.Ν.Θ.Α. «Η ΣΩΤΗΡΙΑ»,

Μεσογείων 152, Αθήνα 11527

Εκδότης: Πέτρος Γαρζώνης.

Συντακτική Ομάδα: Γιώργος Δεδούσης, Αθηνά Δούσου, Νίκος Παΐσιος, Ματίνα Σπυράτου, Άρης Στρατάκος.

Για αυτό το τεύχος εργάστηκαν επίσης οι:

Κυριακή Δημητρούλακη, Βασίλης
Καλαφάτης και Αθηνά Πέτση.

Οι αρθρογράφοι φέρουν πλήρως
την ευθύνη των κειμένων τους

Ημερολόγιο Κηπουρού

Φεβρουάριος

Ακόμα κάνει κρύο, όμως ο Φλεβάρης είναι ο τελευταίος χειμωνιάτικος μήνας.

Μετά τις Αλκυονίδες που μας εξέπληξαν και τις σκρόπιες ηλιόλουστες ημέρες που θα αρχίσουν να γίνονται πιο συχνές από δω και πέρα, εκμεταλλευτείτε τις ευκαιρίες που θα σας δώσει ο καιρός, αλλά μην ξεγελαστείτε γιατί ο χειμώνας δεν τελειώνει ακόμα και ο Μάρτης συχνά επιφυλάσσει δυσάρεστες εκπλήξεις.

Αν ο κουτσο-Φλεβάρης ή ο Μάρτης-γδάρτης μας φέρουν και πάλι χιόνια ή πολύ χαμηλές θερμοκρασίες, φροντίστε και πάλι να προφυλάξετε τα φυτά σας από το χιόνι ή τον πάγο και εκμεταλλευτήκατε τις κρύες νύχτες του χειμώνα, ώστε να σχεδιάσετε τι θα φυτέψετε φέτος και πού.

Ζωγραφίστε πώς είναι ο κήπος ή το μπαλκόνι σας τώρα αλλά και πώς θέλετε να είναι το καλοκαίρι, σημειώστε τι φυτά και προμήθειες έχετε αλλά και τι χρειάζεται να αγοράσετε.

Το σχέδιο του χώρου που έχετε ζωγραφίσει θα σας βοηθήσει να διαλέξετε τα κατάλληλα φυτά για τις συγκεκριμένες συνθήκες και επίσης θα σας βοηθήσει να μην παρασυρθείτε.

Ο χώρος είναι αυτός που είναι και χωράει συγκεκριμένο αριθμό φυτών, διαλέξτε τα λοιπόν με σοφία και προγραμματισμό.

Φτιάξτε ένα ημερολόγιο κήπου και σημειώνετε τις παρατηρήσεις σας όπως π.χ. πότε φυτέψατε τη μπουκαμβίλια σας, πότε εντοπίσατε μελίγκρα στα χρυσάνθεμα σας ή ποιά φυτά δεν πήγαν καλά και τι νομίζετε ότι φταίει κ.λ.π.

Του χρόνου τέτοιο καιρό αυτό το ημερολόγιο θα αποτελεί πολύτιμο βοήθημα για να αποφύγετε λάθη και να σχεδιάσετε ακόμα καλύτερα τον κήπο της επόμενης χρονιάς.

Φυτά εσωτερικού χώρου: Αν αγοράσετε φυτά αυτή την εποχή να είστε ακόμη πιο προσεκτικοί γιατί τα ολόφρεσκα και ολοζώντανα φυτά που διαλέγετε ίσως να μην είναι και τόσο τέλεια.

Πολλές φορές ακόμα και μία σύντομη έκθεση των φυτών στις χειμωνιάτικες θερμοκρασίες είναι ικανή να καταστρέψει ένα φυτό..

Μην σας κάνει εντύπωση λοιπόν, αν το τέλειο φυτό που αγοράσατε, αρχίζει να εμφανίζει σημάδια σοκ μέσα σε λίγες μόλις ημέρες από τη στιγμή που το τοποθετήσατε σπίτι σας.

Ζητήστε να σας τυλιχθούν καλά με πλαστικό τα φυτά που αγοράζετε είτε για το σπίτι σας είτε για δώρα, είναι ένας υποτυπώδης τρόπος προστασίας και τους.

Σύντομα τα φυτά που έχετε μέσα στο σπίτι σας θα αντιληφθούν ότι οι ημέρες αρχίζουν να μεγαλώνουν και οι υψηλές θερμοκρασίες των κλειστών χώρων θα τα βοηθήσουν να εμφανίσουν νέα βλαστάρια.

Η άνοιξη δεν απέχει και πολύ ακόμα.

Εκμεταλλευτείτε αυτές τις ημέρες που τα περισσότερα φυτά είναι ακόμα σε φάση ξεκούρασης και καθαρίζετε τα φύλλα τους όσο πιο συχνά μπορείτε.

Επίσης όσο διαρκεί αυτή η φάση ξεκούρασης, είναι καλή στιγμή για να αλλάξετε γλάστρες σε όσα φυτά χρειάζονται αλλαγή.

Κλαδέψτε όποιο φυτό χρειάζεται κλάδεμα για να διορθώσετε το σχήμα και το μέγεθός του.

Όταν τα φυτά σας αρχίσουν να εμφανίζουν νέα βλάστηση ξαναρχίστε σιγά σιγά τη λίπανση με μικρότερες δόσεις μέχρι σταδιακά να φτάσετε στην κανονική αραίωση.

Μπορείτε να φτιάξετε μόνοι σας ένα ελαφρύ λίπασμα που μάλιστα είναι και δωρεάν.

Κρατήστε τα τσόφλια των αυγών και βάλτε τα μέσα σε ένα δοχείο με νερό.

Αφήστε τα να μείνουν 1-2 ημέρες μέσα στο νερό ώστε τα συστατικά τους να περάσουν στο νερό.

Στη συνέχεια ποτίστε με αυτό το νερό τις γλάστρες σας.

Καθαρίστε καλά τις γλάστρες και τα πιατάκια τους ώστε την άνοιξη να μην υπάρχουν εστίες και προϋποθέσεις για την ανάπτυξη και τον πολλαπλασιασμό εντόμων και ασθενειών.

Αν κάπου κοντά σας υπάρχουν δέντρα όπως αμυ-

γδαλιές και μανόλιες, όταν σχηματιστούν τα μπουκουκιά κόψτε λίγα κλαδιά και βάλτε τα σε νερό.

Θα ανθίσουν στο βάζο φέρνοντας λίγη άνοιξη μέσα στο σπίτι σας.

Μπορείτε να αρχίσετε από τώρα να φυτεύετε **σπόρους λουλουδιών** (π.χ. πετούνια, βίνκα, αγέρατο, πανσέδες, σκυλάκια, μαργαρίτες) και μυρωδικών σε ρηχά δοχεία που θα κρατήσετε μέσα στο σπίτι μέχρι να φτάσουν στο στάδιο των 4 φύλλων οπότε και μπορείτε να τα μεταφυτέψετε με ασφάλεια σε γλάστρες ή στον κήπο.

Για να αποφασίσετε πότε θα αρχίσετε τους σπόρους, δείτε τις οδηγίες στο αντίστοιχο πακέτο, αλλά σαν γενική αρχή ξεκινήστε 4-8 εβδομάδες πριν από τη στιγμή που θα θέλατε να μεταφυτέψετε τα μωρά σας στο κανονικό τους σπίτι.

Κάποιοι σπόροι μπορεί να χρειάζονται ακόμα και 10-2 εβδομάδες (π.χ. λεβάντα, θυμάρι) μέχρι να μεταφυτευθούν οπότε υπολογίστε ανάλογα.

Μαζέψτε ξυλάκια παγωτού ή πλαστικά μαχαίρια που μπορείτε να τα χρησιμοποιήσετε σαν επικέτες γράφοντας πάνω τους με ανεξίτηλο μαρκαδόρο, ώστε να ξέρετε τι έχετε σπείρει σε κάθε δοχείο.

Το πλεονέκτημα του να ξεκινήσετε από σπόρο είναι ότι τα φυτά σας θα είναι έτοιμα να αναπτυχθούν και να ανθοφορήσουν νωρίτερα από ένα φυτό που θα αγοράσατε στο φυτώριο ακριβώς την εποχή που πρέπει να φυτευθεί. Θα σας στοιχίσει πολύ φθηνότερα, θα έχετε πολύ περισσότερα φυτά για να γεμίσετε τις γλάστρες και τον κήπο σας.

Εξάλλου δεν υπάρχει μεγαλύτερη ικανοποίηση από το να βλέπετε κάθε μέρα κι ένα καινούργιο βλασταράκι να παίρνει τη θέση ενός μικρού σπόρου.

Φυτά στο μπαλκόνι: Καθαρίστε καλά τις γλάστρες και τα πιατάκια τους. Αν πρόκειται να χρησιμοποιήσετε παλιές γλάστρες φροντίστε να τις καθαρίσετε καλά, χρησιμοποιώντας νερό και χλωρίνη (9 μέρη νερό προς 1 μέρος χλωρίνη και 2-3 κουταλιές ξύδι) και αφήστε τις να στεγνώσουν με τον αέρα.

Αν κάποιο φυτό σας πέθανε για άγνωστο λόγο και υποψιάζεστε ότι επρόκειτο για κάποια "μυστηριώδη" ασθένεια, πετάξτε το χώμα του και μην το ξαναχρησιμοποιήσετε. Κρατήστε τη γλάστρα αφού όμως την καθαρίσετε καλά όπως περιγράψαμε.

Παραγγίλτε ή αρχίστε να αγοράζετε σπόρους λουλουδιών, λαχανικών και μυρωδικών.

Αν έχετε σπόρους από πέρυσι, ελέγξτε τις ημερομηνίες και δοκιμάστε να αφήσετε λίγους σπόρους πάνω σε βρεγμένη χαρτοπετσέτα που θα τη διατηρήσετε υγρή. Αν οι σπόροι δεν φουράσουν, καλύτερα να αγοράσετε ένα καινούργιο πακέτο σπόρων.

Αν σκοπεύετε να φυτέψετε **βολβούς ανοιξιάτικης φύτευσης** σε γλάστρες, φυτέψτε τις αμαρυλλίδες, τα μυγκέ, τις ασπιβες λίλιουμ, και την διοέντρα τώρα αλλά περιμένετε το πρώτο δεκαήμερο του Μαρτίου για να φυτέψετε κάλλες, κάνες, ντάλιες, γλαδιόλες, αγάπανθο, μπγκόνιες και γκλοξίνιες.

Οι κρόκοι, οι νάρκισσοι, οι φρέζιες και οι υάκινθοι που φυτέψατε το φθινόπωρο μπορεί να αρχίσουν να ανθίζουν στα τέλη αυτού του μήνα, ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες.

Ελέγξτε τους βολβούς που έχετε αποθηκεύσει από πέρυσι και πετάξτε όσους δείχνουν μαλακοί, ζαρωμένοι ή έχουν σημάδια μούχλας.

Οι κρόκοι, οι νάρκισσοι, οι φρέζιες και οι υάκινθοι που φυτέψατε το φθινόπωρο μπορεί να αρχίσουν να ανθίζουν στα τέλη αυτού του μήνα, ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες.

Μην κλαδέψετε τώρα θάμνους και φυτά που έχουν ανοιξιάτικη ανθοφορία (π.χ. γλιτσίνια) γιατί τα μπουμπουκιά τους είναι ήδη σχηματισμένα κι αν μην τα βλέπετε ακόμα. Προτιμήστε να το κάνετε όταν η ανθοφορία τους τελειώσει.

Αντίθετα, τώρα θα πρέπει να κλαδέψετε τα **αναρριχώμενα** (π.χ. αγιόκλημα, γιασεμί, μπουκαμβίλια) και τους θάμνους (π.χ. αγελική) που ανθίζουν το καλοκαίρι.

Αφαιρέστε κατ'αρχήν όλα τα ξερά ή σπασμένα βλαστάρια και αραιώστε λίγο τα κλαδιά (κυρίως στο κέντρο) ώστε ο αέρας να κυκλοφορεί ελεύθερα και ο ήλιος να περνάει μέσα από τα

κλαδιά και να φτάνει παντού.

Φυτά στον κήπο: Καθαρίστε και **λαδώστε τα εργαλεία** σας, σύντομα θα τα χρειαστείτε.

Αν κάποια από αυτά χρειάζονται βάψιμο, βάψτε τις λαβές τους με έντονα χρώματα. Θα είναι πολύ πιο εύκολο να εντοπίσετε πού τα ξεχάσατε.

Μαζέψτε τα πεσμένα φύλλα και φρούτα που έχουν συγκεντρωθεί στο έδαφος ώστε να μην υπάρχουν εστίες δημιουργίας ασθενειών και εντόμων στον κήπο σας.

Οι πρώτες ζετές ημέρες της άνοιξης θα σηματοδοτήσουν τη γέννηση ενοχλητικών επισκεπτών στον κήπο σας. Για τον ίδιο λόγο, κόβετε όλα τα τραυματισμένα κλαδιά αμέσως μόλις τα εντοπίσετε.

Αν θέλετε να απομακρύνετε τις **μυρμηγκοφωλιές** που κατά τη διάρκεια του χειμώνα ξεφύτρωσαν στον κήπο σας, μία γερή δόση από ταλκ ή ξύδι θα αναγκάσει τα κατά τα άλλα συμπαθέστατα μυρμηγκάκια να μετακομίσουν.

Όταν ο καιρός το επιτρέπει κάντε μία γερή καθαριότητα στα φυτά του κήπου σας, με το λάστιχο, ώστε να απομακρυνθούν αυγά εντόμων που τυχόν παρέμειναν πάνω στα φυτά παρά τη βροχή και το κρύο.

Φυτέψτε κατευθείαν στον κήπο ραδίκια, σπαράγγια και αγκινάρες προς τα τέλη αυτού του μήνα αλλά και σε προστατευμένα δοχεία σπόρους για μπρόκολο, μπίζελια και λάχανο.

Μπορείτε να φυτέψετε σε δοχεία σπόρο τομάτας για πρώτη συγκομιδή τον Ιούνιο.

Κλαδέψτε τις μηλιές, τις αγλαδιές και τις κερασιές. Ειδικά για τις ροδακινιές και τα εσπεριδοειδή, κλαδέψτε πριν αρχίσει η ανθοφορία τους.

Επίσης οι ροδακινιές χρειάζονται προληπτικό ψεκασμό για το ζάραμα των φύλλων όμως θα πρέπει να έχει περάσει ο κίνδυνος παγωνιάς πριν ψεκάσετε.

Μπορείτε επίσης να αρχίσετε το **κλάδεμα** της κληματαριάς σας.

Φυτέψτε γυμνορίζους θάμνους που ανθοφορούν την άνοιξη. Μην κλαδέψετε τώρα θάμνους και φυτά που έχουν ανοιξιάτικη ανθοφορία (π.χ. γλιτσίνια). Αντίθετα, τώρα θα πρέπει να **κλαδέψετε τα αναρριχώμενα** (π.χ. αγιόκλημα, γιασεμί, μπουκαμβίλια) και τους θάμνους (π.χ. αγελική) που ανθίζουν το καλοκαίρι.

Αφαιρέστε κατ'αρχήν όλα τα ξερά ή σπασμένα βλαστάρια.

Αν έχετε **γκάζον στον κήπο σας**, μην πατάτε πάνω του όταν υπάρχει χιόνι ή πάγος. Τα καφέ ξεραμένα χορταράκια που θα έχουν το σχήμα των παπουτσιών σας θα σας θυμίζουν για μήνες αυτά τα βήματα.

Όταν ο καιρός το επιτρέπει και το χώμα είναι στεγνό, σκάψτε το και προσθέστε κοπριά ή λίπασμα ώστε να αεριστεί, να ανανεωθεί και προλάβει να "χωνέψει" μέχρι να αρχίσετε να φυτεύετε καινούργια φυτά.

Ετοιμάστε τα παρτέρια για τα λαχανικά και επιδιορθώστε τους φράχτες και τα στηρίγματα των δέντρων και των φυτών.

Θυμηθείτε τί λαχανικά είχατε φυτέψει πέρυσι στα παρτέρια και αποφύγετε να βάλετε στα ίδια σημεία ίδιο τύπο λαχανικού. Εναλλάσσετε τα λαχανικά σας κάθε 1-2 χρόνια ώστε το έδαφος να προλαβαίνει να ανανεώνεται κάθε χρόνο.

Τυπικά λοιπόν μας έμεινε μόνο ένας μήνας χειμώνα και μάλιστα μικρός.

Όσο κι αν ο Μάρτης μας εκπλήξει με χιόνια ή κρύο, το Μάρτι πάντα μυρίζει άνοιξη κι αυτή η μυρωδιά μας αρέσει πολύ. Ετοιμαστείτε λοιπόν, κάνοντας όλες τις απαραίτητες προετοιμασίες, ώστε να υποδεχτούμε την άνοιξη με ολάνθιστες γλάστρες και καταπραϊσίνους κήπους.

Φυτέψτε τα λουλούδια που ανθίζουν νωρίς την άνοιξη κοντά στα παράθυρα ώστε ακόμα κι αν το κρύο σας κρατάει μέσα να μπορείτε να τα καμαρώνετε από τη ζεστασιά του σπιτιού σας.

Η αναμονή θα είναι έτσι και πιο ευχάριστη και πιο σύντομη.

Άρης Στρατάκος, Γεωπόνος

Πηγή: <http://www.eportorafti.gr/gardening/imeros.html>

Η Επανάσταση των Σιωπηλών

του Γιώργου Γραμματικάκη

"Οι Σειρήνες όμως έχουν ένα όπλο πιο φοβερό και από το τραγούδι: τη σιωπή τους. Και πιθανότερο, παρόλο που δεν έτυχε ποτέ, θα ήταν πιο ευκολο να γλυτώσεις από το τραγούδι τους, παρά από τη σιωπή τους."

Φράντς Κάφκα, "Η σιωπή των σειρήνων"



Καθώς η κρίση απλώνει βαριά την σκιά της στην χώρα και τις ψυχές μας, πολλοί προσπαθούν να προδικάσουν το μέλλον. Κάποιοι αναλυτές θεωρούν ότι θα υπάρξουν βίαιες αντιδράσεις,

άλλοι πάλι ότι η απάθεια θα εξακολουθήσει να κυριαρχεί.

Ενώ όμως μια κλασική επανάσταση δεν είναι ανάμεσα στα ενδεχόμενα -ούτε οι συνθήκες υπάρχουν, ούτε ο εχθρός είναι ορατός- εγώ οραματίζομαι από παλιά μια άλλη επανάσταση. Μια επανάσταση διαφορετική από όσες περιγράφουν τα βιβλία, από όσες απεικονίζουν στις ταινίες τους οι σκηνοθέτες. Την ανάγκη της μάλιστα διατύπωσα πολλά χρόνια πριν. Καθώς όμως περνά ο καιρός αυτή η άλλη επανάσταση, που οραματίζομαι, κερδίζει διαρκώς σε περιεχόμενο και ορμή.

Η επανάσταση λοιπόν, που οραματίζομαι, θα είναι μια επανάσταση των σιωπηλών. Δεν θα έχει σημαίες αναπεπταμένες, συνθήματα και ιδεολογικές διακηρύξεις. Θα είναι μια επανάσταση βουβή, που θα στηρίζεται απλώς στην αλληλεγγύη των βλεμμάτων. Θα ξεκινήσει από την απόλυτη, την οργισμένη σιωπή, και θα αποδώσει στον άνθρωπο όσα στερήθηκε, όσα ονειρεύθηκε, ό,τι ζήτησε με κραυγές -πριν επιλέξει την σιωπή.

Γιατί αυτή η σιωπή, είναι η απόγνωση και η προσδοκία του. Δεν είναι αποδοχή, μήτε μοιρολατρία. Η σιωπή είναι το μέτρο της διαμευσμένης του ζωής, η πίκρα για τις επαγγελίες που ακυρώθηκαν, η οργή για την υποκρισία και το ψέμα. Η σιωπή είναι το ανώτερο στάδιο της πολιτικής ωριμότητας. Αν οδηγήσει στην επανάσταση, θα είναι μια επανάσταση αληθινή, αφού για πρώτη φορά δεν θα δεσμεύεται από τα λόγια της. Θα δεσμεύεται μόνον από τα αισθήματα της.

Η επανάσταση των σιωπηλών, δεν απευθύνεται λοιπόν σε ορισμένες τάξεις κοινωνικές, ούτε υπόσχεται ευημερία και δικαιώματα. Υπόσχεται μόνον μια άλλη γλώσσα: Την ξεχασμένη γλώσσα της ειλικρίνειας και της ευθύνης. Δεν επιδιώκει την εξουσία, αφού όπως απέδειξε η Ιστορία, αυτό οδηγεί στην βία και τον εκφυλισμό. Επιδιώκει, όμως, να αποδώσει στον άνθρωπο την εξουσία της ζωής του, να απαντήσει στην βουβή απόγνωση της σιωπής του. "Η επανάσταση" σχολιάζει ένας θεωρητικός

της, "συνιστά μια πνευματική αναταραχή, μέσω της οποίας μια ομάδα ανθρώπων επιδιώκει να θέσει νέα θεμέλια για την ύπαρξη της."

Σε αυτήν λοιπόν την επανάσταση, που αναζητά αιωνίως τα θεμέλια της, δεν έχουν ίσως θέση οι ποιητές, μήτε οι φιλόσοφοι. Έχουν όμως θέση σπουδαήποτε οι άνεργοι. Ο φιλόσοφος προσπαθεί να καταλάβει τον κόσμο, ο ποιητής δημιουργεί τον δικό του. Ο άνεργος όμως τον στερείται εξ ορισμού. Η ανεργία αποτελεί τον παραλογισμό ενός πολιτισμού, που δεν παύει να επαίρεται για τις κατακτήσεις του. Ο παραλογισμός αυτός, αλλού εκδηλώνεται στην πρόκληση της χλιδής, στον άνεργο σε ταπεινώσεις που δεν τελειώνουν. Ο άνεργος κατέφυγε στην σιωπή, επειδή κουράστηκε να ακούει για επενδύσεις και για τη μείωση της ανεργιάς;που εξαιρούν ωστόσο πάντοτε τον ίδιο. Ο άνεργος είναι πια σιωπηλός, όχι επειδή θέλει να κρύψει την οργή του, αλλά επειδή δεν αντέχει να μιλήσει άλλο.

Η σιωπή -που κρύβει την απόγνωση- χαρακτηρίζει ακόμα όσους έχουν έγνοια πραγματική για την φύση και το περιβάλλον. Δεν είναι πάντοτε οι "οικολόγοι". Οι οικολόγοι φυλαρούν χωρίς μέτρο, καταφεύγουν σε θεωρίες και αναλύσεις, ενώ συχνά κρυφοκοιτάζουν την εξουσία. Στην επανάσταση των σιωπηλών θα συμμετέχουν οι άλλοι: Όσοι γνωρίζουν ότι η ανάσα της φύσεως είναι το ίδιο σπουδαία με την δική τους ανάσα, ότι τα τραύματά της αποτελούν τραύματα στο δικό τους το σώμα και την ψυχή. Αν σήμερα η μόνη προσδοκία τους είναι η επανάσταση των σιωπηλών, είναι επειδή κουράστηκαν να υπομένουν: Την ασίγηστη μανία καταστροφής ενός ευλογημένου τόπου, τις απάνθρωπες πόλεις που στεγνώνουν τις ψυχές, την θυσία του αιώνιου και του αναγκαίου στο εφήμερο και το ταπεινό.

Η επανάσταση των σιωπηλών, δεν υπόσχεται νόμους και διατάγματα, που θα αποβλέπουν στην "προστασία" του περιβάλλοντος. Θεωρεί, αντίθετα, ότι είναι ο άνθρωπος που επιείγει να προστατευθεί. Εκείνος -που σήμερα σιωπά με απόγνωση- οδηγείται σταθερά στην αποξένωση, επειδή το περιβάλλον μοιάζει να ανήκει πάντοτε σε κάποιους άλλους. Μόνον όμως όπου το περιβάλλον παραμένει υπερήφανο και ανέγγιχτο, μπορεί να ανθίσει η πραγματική ζωή. Αλλιώς, θα πληθαίνουν οι απομυμήσεις και τα ομοιώματα της.

Στην επανάσταση των σιωπηλών συμμετέχουν και όσοι είδαν τον διαφορετικό κόσμο, που έπλασαν μέσα τους, να διαφεύδεται και να συντριβεται. Ούτε μετάνιωσαν όμως, επειδή ο δικός τους κόσμος είχε αξίες και ήθος, ούτε μπορούν να τον αλλάξουν. Στην επανάσταση των σιωπηλών, είναι σηματοφόροι χωρίς σημαίες, πε-

ζοτόροι χωρίς προμήθειες. Διαθέτουν την τιμιότητα του βλέμματος και μια βαθύτερη αξιοπρέπεια. Ο κόσμος που έπλασαν -που είχε αξίες και ήθος- είναι πάντοτε εκεί. Αυτοί, οι σηματοφόροι -χωρίς σημαίες- στην επανάσταση των σιωπηλών, είναι η εγρήγορη και η συνείδηση της.

Όσοι άλλωστε κατέφυγαν στην σιωπή, δεν έπαυσαν να ονειρεύονται: Την δίκαιη συγκρότηση του κοινωνικού ιστού, την αύρα μιας παιδείας ουσιαστικής, την ενίσχυση των δημιουργικών δυνάμεων που εν είδει μικρής φωτιάς υπάρχουν στον καθένα. Αντί όμως, όσοι καταφεύγουν σήμερα στην σιωπή, να κερδίσουν λίγα από τα όνειρα τους, έγιναν αριθμοί και αποδέκτες. Αριθμοί σε πίνακες στατιστικής και σε μετρήσεις θεαματικότητας, αποδέκτες των παραλογισμών μιας ψηφιακής οικονομίας, όμηροι μιας ζωής που διαρκώς αφουδώνεται. Κι ενώ τα λόγια των πολιτικών επιμένουν να διαγράφουν κύκλους ανούσιους και υποκριτικούς, εκείνοι, στην σιωπή τους, προτιμούν να ακούν τον ήχο των κινήτων, και την βουή των επερχομένων γεγονότων.

Αυτός άλλωστε -εγώ ή εσείς- που οραματίζεσαι την επανάσταση των σιωπηλών, δεν ενδιαφέρεται αν επικριθεί ως ρομαντικός, ούτε αν καταταχθεί από τους εχέφρονες στους υπέρμαχους μιας ουτοπίας, από τις πολλές που γνώρισε η ιστορία. Οι επικριτές της επανάστασης των σιωπηλών, συχνά φορτωμένοι με διπλώματα και κοινωνιολογικές περγαμνές, αγνοούν την αξία της σιωπής, το εν δυνάμει επαναστατικό της περιεχόμενο. Τι άλλο όμως ήταν, η εξέγερση του Πολυτεχνείου -η μόνη που τελευταία γνώρισε η χώρα- από μια κραυγή σπαρακτική, μια στιγμή επαναστάσεως ύστερα από χρόνια σιωπής; Η σιωπή υπήρχε από νωρίς στις διαμευσμένες προσδοκίες των νέων ανθρώπων, σερνόταν στα πανεπιστημιακά αμφιθέατρα και τους δρόμους της Αθήνας, μιλούσε με μουσικές και αθέατα δάκρυα. Η βία επιτάχυνε την έκφραση της, τα τάνκς προσπάθησαν να καλύψουν την απειλή της.

Όσοι λοιπόν αμφισβητούν την επανάσταση των σιωπηλών, δεν μέτρησαν ποτέ την αξία της σιωπής, δεν έτυχε ποτέ να αντιληφθούν την εκρηκτική της δύναμη. Μήπως όμως μέσα στην σιωπή δεν ανθίζει ο έρωτας - ή και πάλι σιωπηλά δεν πλάθει ο δημιουργός το έργο του; "Οι επαναστάσεις είναι τρελές εμπνεύσεις της ιστορίας" έγραψε ένας επαναστάτης, που μάλιστα δολοφονήθηκε από τους πρώην συντρόφους του. Η επανάσταση των σιωπηλών, δεν θα είναι απλώς μια τρελή εμπνευση της ανθρωπίνης ιστορίας. Θα είναι ίσως η συνέχεια και η αποθέωση της.

<http://www.protagon.gr/?i=protagon.el.article&id=5339>

Η Γαλοπούλα Γέννηση

Κυρία Ορρανίδου καλησπέρα! Μία έκπληξη με περίμενε σήμερα το πρωί πηγαίνοντας στο γραφείο. Η χρυσή γαλοπούλα με το κόκκινο παπιγιόν! Μία από τις χρυσές γαλοπούλες που είχατε φτιάξει από κουκουναρία και αγόρασα σε προηγούμενο Χριστουγεννιάτικο παζάρι γέννησε! Ήταν ένα θέαμα καταπληκτικό. Στην αρχή νόμισα ότι είχαν πάει κάτω από το κεφάλι της γαλοπούλας κάποια άγνωστα έντομα και είχαν αλλάξει τα φτερά τους. Μετά είδα ότι ήταν δέκα περίπου σπόροι που είχαν πέσει από το κεφάλι της, και ο καθένας ήταν ένα μικρό θαύμα αεροναυπηγικής. Ένα διάφανο σχεδόν φτερό κάλυπτε τον σπόρο ώστε να του ε-

ξαοφραλίσσει μια πτήση με στροβιλισμό που θα το μεταφέρει στον τόπο της ρίζας του. Επειδή λοιπόν αυτοί οι σπόροι είχαν την τύχη να πέσουν επάνω στο γραφείο μου σκέφτηκα να τους φροντίσω και να σας ενημερώσω. Τους έβαλα στο νερό και θα περιμένω να βλαστήσουν. (θα ρωτήσω και τον γεωπόνο). Όταν βλαστήσουν θα σας ενημερώσω πάλι για να τους μεταφυτέψουμε και να τους δώσουμε όνομα. Ένα όνομα που θέλω είναι Δωροθέα. Έτσι το δάσος της "Σωτηρίας" θα έχει και ένα πεύκο με το όνομα Δωροθέα.

Με εκτίμηση
Γιώργος Δεδούσης

-Τι δουλειά κάνεις;
-Είμαι ερευνητής.
-Και τι ψάχνεις;
-Δουλειά.

Αν η Εύα ήταν Κινέζα θα έτρωγε το φίδι αντί το μήλο και όλα θα ήταν μια χαρά !

[Facebook.com/atakakiepitopou](https://www.facebook.com/atakakiepitopou)

Ανατρεπτικό Κείμενο από τον Πάπα Ταράσσει τα Νερά

ΒΑΤΙΚΑΝΟ: Το πλέον ανατρεπτικό κείμενο που έχει γράψει Προκαθήμενος της Αγίας Έδρας εδώ και δεκαετίες έδωσε στη δημοσιότητα χθες ο Πάπας Φραγκίσκος, κατακεραυνώνοντας "το ισχύον οικονομικό σύστημα" και χαρακτηρίζοντας πεπαλαιωμένες πολλές από τις πρακτικές της Ρωμαιοκαθολικής Εκκλησίας. "Πώς είναι δυνατόν να μην είναι ειδηση ότι ένας άστεγος πέθανε από το κρύο, αλλά να είναι ειδηση ότι το χρηματιστήριο έπεσε δύο μονάδες;", διερωτάται ο Φραγκίσκος. "Τα μέτρα κοινωνικής πρόνοιας, που καλύπτουν άμεσες ανάγκες, πρέπει να θεωρούνται απλά προσωρινές απαντήσεις. Όσο τα προβλήματα των φτωχών δεν λύνονται ριζικά, όσο δεν απορρίπτεται η απόλυτη αυτονομία των αγορών και του χρηματοπιστωτικού τζόγου και όσο δεν εξαπολύουμε επίθεση στις δομικές αιτίες της ανισότητας, δεν θα βρεθεί λύση στα προβλήματα του κόσμου. Η ανισότητα είναι η ρίζα των κοινωνικών προβλημάτων", ανέφερε ο Ποντίφικας στην αποστολική επιστολή με τίτλο *Evangelii Gaudium* (η χαρά του Ευαγγελίου). "Μερικοί εξακολουθούν να υποστηρίζουν ότι η ανάπτυξη, με τους κανόνες της οικονομίας της αγοράς, θα φέρει στον κόσμο περισσότερη δικαιοσύνη και λιγότερους αποκλεισμούς. Αυτή η άποψη, που δεν επιβεβαιώθηκε ποτέ από τα δεδομένα, εκφράζει μια χονδροκομμένη και αφελή εμπιστοσύνη στην καλοσύνη όσων έχουν οικονομική ισχύ και στην καθγιασμένη λειτουργία του ισχύοντος οικονομικού συστήματος. Εν τω μεταξύ, οι αποκλεισμένοι συνεχίζουν να περιμένουν". Στο 84 σελίδων κείμενο, ο Φραγκίσκος αποκαλύπτει την απογοήτευσή του για την πολιτική ηγεσία. "Παρακαλώ τον Κύριο να μας δώσει περισσότερους πολιτικούς οι οποίοι να αισθάνονται γνήσια αποστροφή για την κατάσταση της κοινωνίας, των ανθρώπων, των φτωχών. Η πολιτική και η οικονομική ηγεσία πρέπει να αποκτήσουν πλατύτερους ορίζοντες και να βάλουν στόχο να έχουν όλοι αξιοπρεπή εργασία, παιδεία και υγεία". "Απέχω πολύ από τον ανεύθυνο λαϊκισμό, αλλά η οικονομία δεν μπορεί πια να υιοθετεί ως φάρμακα νέα δηλητήρια, όπως είναι η προσπάθεια αύξησης των κερδών μέσω της μείωσης του εργατικού δυναμικού, που πυκνώνει τις τάξεις των αποκλεισμένων". Στο κείμενο ο Ποντίφικας ζητεί αναμόρφωση του χρηματοπιστωτικού συστήματος και προειδοποιεί ότι η ανισοκατανομή πλούτου οδηγεί αναπόφευκτα στη βία. Ο 76χρονος Πάπας στρέφει το ενδιαφέρον του και στο εσωτερικό της Καθολικής Εκκλησίας, επισημαίνοντας ότι "κάποια έθιμα που δεν σχετίζονται με τον πυρήνα του Ευαγγελίου, ακόμη και αν έχουν βαθιές ιστορικές ρίζες, δεν εκτιμώνται πλέον. Μπορεί να είναι όμορφα, αλλά δεν χρησιμεύουν για τη διάδοση του Ευαγγελίου. Δεν πρέπει να φοβηθούμε να τα επανεξετάσουμε. Η Εκκλησία έχει κανόνες που μπορεί να ήταν αποτελεσματικοί στην εποχή τους, αλλά δεν είναι πια τόσο χρήσιμοι για την καθοδήγηση και τη διαμόρφωση της ζωής των ανθρώπων". http://www.kathimerini.gr/4Dcgi/4Dcgi/_w_articles_columns_2_27/11/2013_541212

Κατάργησις

Επειδή καιρούς το Έθνος δυστυχίας διατρέχει, επειδή ελπίς καμία δεν υπάρχει κατ' αυτάς, επειδή και το Ταμείον εις δαπάνας δεν αντέχει καταργούμεν τας πρεσβείας και αυτούς τους πρεσβευτάς. Διατάσσομεν αμέσως εις Αθήνας να' λθουν όλοι, και αφήνομεν μονάχα τον εν Κωνσταντινοπόλει.

Επειδή ο κόσμος όλος από φόρους εφορτώθη, επειδή δεν τους σηκώνει και η ράχη των Ελλήνων, επειδή και ο Τρικούπης κι η πατρίς εχαντακώθη με τους φόρους των ελαίων, των τσιγάρων και των οίνων, κι επειδή εφυγαδεύθη εκ της στέπης μας το χρήμα, καταργούμεν τους εμμέσους και αμέσους παραχρήμα.

Επειδή στις θέσεις όλας απαιτούνται και προσόντα, καταργούμεν και τας θέσεις τας μικράς και ανωτέρας, και προστάζομεν καθέναν βουλευτήν αποτυχόντα, να εργάζεται δι' όλης της νυκτός και της ημέρας, δίχως καν λεπτό να παίρνει ... καταργούμε δε προσέτι και το δίκαιον ακόμη και το ... άδικον ρουσφέτι.

Καταργούμεν Εφορίας, καταργούμεν Τελωνεία καταργούμεν και Νομάρχας, καταργούμεν κι αστυνόμους, καταργούμεν προς τοις άλλοις κάθε μια συγκοινωνία, καταργούμεν τους στενούς μας και πλατείς σιδηροδρόμους, καταργούμεν βουλευβάρτα, καταργούμεν και πλατείας καταργούμεν και τας τσάσας περιττάς δενδροφυτείας.

Καταργούμεν και τους Δήμους, καταργούμεν κι Επαρχεία, καταργούμεν τα μεγάλα και μικρά ουροδοχεία, και δημόσια προς τούτοις καταστήματα του Κράτους, καταργούμεν και καμπόσους, δημοσίους αποπάτους. Καταργούμεν τους συμβούλους, καταργούμεν τους Πρυτάνεις, καταργούμεν κάθε είδος και διάταγμα δαπάνης.

Καταργούμεν τας μεγάλας και μικράς διοργανώσεις, καταργούμεν τους στρατούς μας, καταργούμεν και τους στόλους, καταργούμεν τας εκτάκτους των παρασκευών πιστώσεις, και τους Γάλλους τους στρατάρχας και τους ιδικούς μας όλους. Καταργούμεν ατμοβάρεις, καταργούμεν ναυαρχίδας, καταργούμεν τας Παράλους και τας ατμοτελωνίδας.

Καταργούμεν τας δυνάμεις της Ξηράς και της θαλάσσης, καταργούμεν τας εντόκους και ατόκους πληρωμάς, καταργούμεν τα ταμεία της Ελλάδος μας συμπάσης, καταργούμεν δε και όλας τας εδών οικοδομάς, κι επιτρέπομεν μονάχα εις το Κράτος ένα σπύτι, το λαμπρόν φρενοκομείον του Ζωρζή Δρομοκαϊτή.

Γεώργιος Σουρής (1853 - 1919)

Λέει ο Αρχάγγελος Μιχαήλ

Αγέρωχα αγναντέψτε τους ουρανοίς, αγαπημένοι θεοί, ημίθεοι και προδότες του ψεύδους και της ανομίας. Αφήσατε άλλους να σας κυβερνούν και αφηρήσατε κάθε φωτεινή καθοδήγηση που σας δόθηκε ανά τους αιώνες. Ματώσατε και ματωθήκατε, σφαγιαστάτε και σφαγιαστήκατε, αλλάξατε άλλους και αλλαχθήκατε κι εσείς οι ίδιοι, φονεύσατε και φονευθήκατε.

Ένα μόνο αγνοήσατε και απαρνηθήκατε στον αιώνων το διάβα: Να αγαπήσετε και να αγαπηθείτε, να αγαπήσετε τους άλλους και να αγαπηθείτε τον εαυτό σας, να πλύνετε εσείς οι ίδιοι τα δικά σας πόδια σκυφοί πάνω απ' τις ανομίες και τις αμαρτίες σας.

Αφεθήκατε να σας χειραγωγήσουν, το λατρέψατε αυτό γιατί σας φάνηκε ένα υπέροχο παιχνίδι, η ίντριγκα, ο φόνος, το ψέμα, η αμαρτία.

Έτρεχε το στόμα σας σάλια από τη λιγούρα σας να ζείτε σ' ένα τέτοιο καθεστώς, σε μια τέτοια "πραγματικότητα". Λουσήκατε, όμως, τώρα και λύσατε τα μαλλιά σας στον αέρα ν' ανεμίσουν με ελευθερία, τη νοσταλγήσατε πολύ την κατάσταση αυτή, συρρικνώθηκε η καρδιά σας όσο σας ελειπε και φιλέψατε το διάολο με δάκρυα για να την αποκτήσετε ξανά, για να σας ελευθερώσει απ' τα δεσμά που



σας κρατούσε αιώνες τώρα!

Ανταμειφθείτε λοιπόν τώρα απ' τον πόνο της ψυχής σας, λυτρωθείτε απ' τα βάσανα σας, λέξεις είναι όλα, που σας ακούγονται χιλιοεπωμένες, αλλά μη γελιέστε. Κάθε λέξη έχει ζωή η ίδια μέσα της, πείτε τη με λαχτάρα ψυχής και θα ζωντανέψει για εσάς τους ίδιους και μόνο. Ο καθένας ας το φωνάξει μόνος του αυτό που επιθυμεί, αρκεί να το βρει αυτό τι είναι.

Τι είναι για σένα εργάτη αυτό που επιθυμείς, τι είναι για σένα αφέντη, φίλε, αγαπημένε, άνεργε και εργαζόμενε; Όποιος φωνάξει, αυτός θα λάβει, όποιος ζητήσει, αυτός θα έχει.

Όποιος ματώσει θα χαθεί κι όποιος γελάσει θα σωθεί. Ψηλαφίστε τις καρδιές σας και φωνάξτε την αλήθεια της ψυχής σας γιατί η ώρα είναι ΤΩΡΑ.

ΕΥΤΥΧΕΙΤΕ ΑΓΑΠΗΜΕΝΟΙ ΑΓΩΝΙΣΤΕΣ ΤΗΣ ΑΛΗΘΕΙΑΣ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ. Εσείς διαλέγετε, εσείς αποφασίζετε, εσείς τοποθετείστε κι εσείς κερδίζετε. Ή χάνετε. Είστε ελεύθεροι και για τους 2 δρόμους. Διαλέξτε.

Κοινοποίηση από Ελεάνα Μπουγουήρη 11/01/2014

Επισκεφθείτε

το νέο Site του Συλλόγου μας

<http://www.sylfilon.gr>

- ⇒ Ενημερωθείτε για τους σκοπούς του.
- ⇒ Δείτε τις Ανακοινώσεις και τα Νέα του.
- ⇒ Συμμετέχετε στις δραστηριότητές του.
- ⇒ Διαβάστε όλα τα φύλλα της εφημερίδας "Επι κοινωνία εν τύπω".
- ⇒ Μελετήστε το καταστατικό του.
- ⇒ Επικοινωνήστε μαζί μας.



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΙΛΩΝ ΠΕΡΙΘΑΛΠΟΜΕΝΩΝ
ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ "Η ΣΥΣΤΗΡΙΑ"

Εγγραφή στο Newsletter | Επικοινωνία

Αναζήτηση... Αναζήτηση

Τα νέα μας Ταυτότητα Το έργο μας Εκδηλώσεις Στήριξή μας

Στο πλευρό του περιθαλπόμενου και των οικείων του



Sika Hellas ABEE

Η εταιρεία Sika Hellas ιδρύθηκε ως θυγατρική της Sika Ελβετίας το 1995. Στα λίγα αυτά χρόνια η Sika Hellas τοποθετήθηκε στις πρώτες επιλογές του Έλληνα τεχνικού για την επίλυση ειδικών προβλημάτων.

► Περισσότερα



100 Χρόνια Sika

Η Sika, ξεκινώντας από την Ελβετία το 1910, έχει κατορθώσει με την παρουσία της σε περίπου 71 χώρες με 80 περίπου θυγατρικές εταιρείες να θεωρείται από τις πιο σημαντικές εταιρείες στο κλάδο των ειδικών υλικών για την κατασκευή έργων πολιτικού μηχανικού. ► Περισσότερα



Κοινωνική Δικτύωση

Η κοινωνική δικτύωση της Sika συνδυάζει τις παγκόσμιες κοινωνικές δραστηριότητες που δημοσιεύονται σχετικά με την εταιρεία. ► Γίνετε μέλη μας και δείτε τα τελευταία νέα και πληροφορίες της Sika.

Καταφύγιο

Αγάπης & Συμπάραστασης

**Βοήθεια σε άτομα και ομάδες
κοινωνικά αποκλεισμένες
και με προβλήματα εξάρτησης**

Υπεύθυνος Κώστας Βιγαλάκης
Ευρυπιδου 14 Αθήνα 7^{ος} όροφος



Τηλ. 6977202398 - 2105012608

Ποιοι είμαστε...

Το Καταφύγιο είναι μια κοινωνική εθελοντική κίνηση ιδιωτικής πρωτοβουλίας που έχει σαν βασικό στόχο να συμπαρασταθεί και να βοηθήσει άτομα κοινωνικά αποκλεισμένα και με προβλήματα εξάρτησης.



Συμβουλευτική

Μέσα από επικοινωνία και συμβουλευτική προσπαθούμε να ακούσουμε τις ανάγκες των ανθρώπων και να ανταποκριθούμε σε αυτές με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

Αν είναι εφικτό τους επανασυνδέουμε με τις οικογένειές τους ή τους συνδέουμε με προγράμματα απεξάρτησης.

Φαγητό, καφές...

Κάθε Τρίτη και Πέμπτη (16:00-22:30) σερβίρεται καφές και ακολουθεί ένα ηλιόσιο γεύμα που διανέμεται δωρεάν σ' όλους.



Θεῖος

οἶνος
μικρῆς καλλιέργειας

Θεῖος οἶνος

Μικρῆς καλλιέργειας, από το Μελισσοχώρι
Θηβών, φτιαγμένος με πολύ αγάπη
και σεβασμό στη φύση.

Παραδοσιακή οινοποίηση με σύγχρονα μέσα

- Οἶνος Λευκός ή Ροζέ (Ροδίτης, Ασύρτικο) εμφιαλωμένος, σε ασκούς ή χύμα
- Οἶνος Ερυθρός (Cabernet, Merlot) με δυνατότητα μεγάλης παλαίωσης

Τηλέφωνα: 6979330676 - 6979330677

Email: theios-wines@mail.com